



ИНФО-бюллетень

Электронное издание для информирования юридических лиц, индивидуальных предпринимателей и населения по наиболее актуальным вопросам гигиены, эпидемиологии, профилактики инфекционных заболеваний и формирования здорового образа жизни



В этом выпуске:

Если у близкого человека зависимость

Зависимость от любых психоактивных веществ – это болезнь, при которой употребляющий их становится опасен не только для себя, но и для окружающих.

Как понять, что человек начал принимать наркотики

- | | | |
|--|---|---|
| 1 Стал часто врать по любому поводу, не заботясь о том, верят ему или нет. | 6 У него неожиданно изменился аппетит – начал много есть или, наоборот, отказывается от еды. | 11 Без серьезных причин уволился с работы. |
| 2 Стал чаще исчезать из дома, и старается не рассказывать, где и с кем бывает и что делает. | 7 У него часто расширены зрачки и сосуды глаз, а веки покраснели. | 12 У него появились новые жаргонные слова. |
| 3 У него испортился характер: стал раздражительным, вспыльчивым, часто повышает голос. | 8 В теплую погоду он носит одежду с длинными рукавами. | 13 Чтобы поговорить по телефону или отправить сообщение, выходит в другую комнату или на балкон. |
| 4 Его настроение «скачет» — от глубокой тоски к немотивированному веселью и обратно. | 9 Вы никогда раньше не видели его новых лучших друзей, а старых не видите больше совсем. | 14 Его перестала интересовать семья и ее проблемы. |
| 5 Стал плохо спать или наоборот, пытается проспать целый день. | 10 Его практически перестали интересовать старые увлечения. | 15 У него постоянно нет денег не только на крупные покупки, но и на продукты для семьи. |

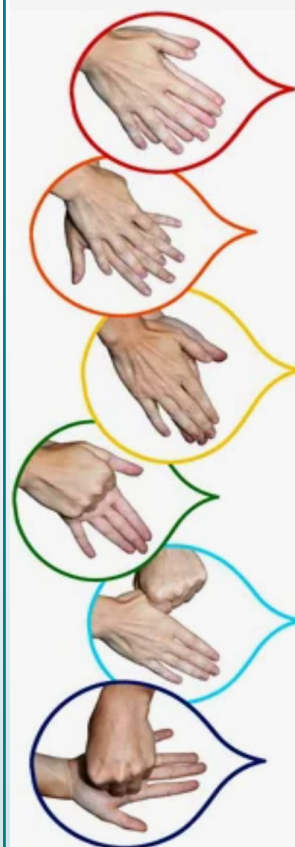
Что делать?

- | | | |
|--|--|---|
| 1 Не впадать в панику. Не читать мораль. | 4 Не жалеть наркомана. | 6 Если наркозависимый берет у вас деньги, перекрыть финансовые потоки. |
| 3 Сходить на консультацию для родственников наркоманов в наркологический диспансер, чтобы обсудить со специалистами, какую стратегию поведения вам лучше выбрать. | 5 Не пытаться лечить наркомана на дому. «Чудо-капельницы» могут снять состояние «ломки», но избавление от зависимости — сложный и многоэтапный процесс. | 7 Помочь близкому дойти до специалиста. |

От пристрастия к наркотикам избавиться сложно, но вовремя проявленная настойчивость и твердость помогут наркоману вовремя начать лечение

Если у близкого человека зависимость	..1
Порядок обработки рук	..1
Инфекции, передаваемые половым путем	..2
Тюбинг катаясь безопасно	..3
Профилактика гриппа	..3
Уважаемые жители района!	..4
Профилактика ВИЧ-инфекции	..4

Порядок обработки рук



ЦЕЛИ

В ОБЛАСТИ



УСТОЙЧИВОГО
РАЗВИТИЯ





ИНФЕКЦИИ, ПЕРЕДАВАЕМЫЕ ПОЛОВЫМ ПУТЁМ



Половым путем могут передаваться более 30 различных возбудителей инфекционных заболеваний (вирусы, бактерии, простейшие, паразиты, грибки)

Самые высокие показатели заболеваемости ИППП приходятся на восемь инфекций. Четыре из них - сифилис, гонорея, хламидиоз и трихомониаз излечимы. Другие четыре - гепатит В, вирус простого герпеса, ВИЧ и вирус папилломы человека не излечиваются.

Как передаются ИППП

Преимущественный путь передачи ИППП - любой вид полового контакта.

Но ряд инфекций (ВИЧ, гепатиты, сифилис) передается через кровь или препараты крови. Многие ИППП (хламидиоз, гонорея, гепатит В, ВИЧ, сифилис) могут передаваться от матери ребенку во время беременности и родов.

Обращайтесь к врачу!

ИППП не проходят сами без лечения. Исчезновение симптомов инфекции означает, что заболевание перешло в хроническую стадию. Поэтому при появлении даже незначительных признаков заболевания или подозрении на рискованный контакт необходимо незамедлительно обратиться к врачу. Курс лечения должны пройти все половые партнёры больного.

Против гепатита В и вируса папилломы человека существуют вакцины. Благодаря вакцинации против гепатита В удастся предотвратить миллионы случаев смерти от хронической болезни печени и рака печени.

Как проявляются ИППП

Инфекции, передаваемые половым путём, могут протекать без явных симптомов болезни или иметь схожие признаки. Распространёнными симптомами являются выделения из мочеполовых органов, чувство жжения при мочеиспускании, сыпь, зуд, язвы на половых органах, боли в области живота. Все инфекции имеют скрытый (инкубационный) период.

Опасные последствия

Такие инфекции, как герпес и сифилис, более чем в три раза повышают риск заражения ВИЧ.

Передача ИППП от матери ребенку может приводить к мертворождению, смерти новорожденного, недоношенности, низкому весу при рождении, сепсису, пневмонии, конъюнктивиту и врожденным аномалиям.

Инфекция вируса папилломы человека приводит к заболеванию раком шейки матки.

Гонорея и хламидиоз являются основными причинами воспалительных заболеваний органов малого таза и бесплодия у женщин.

У мужчин ИППП приводят к сексуальным нарушениям, импотенции и бесплодию.



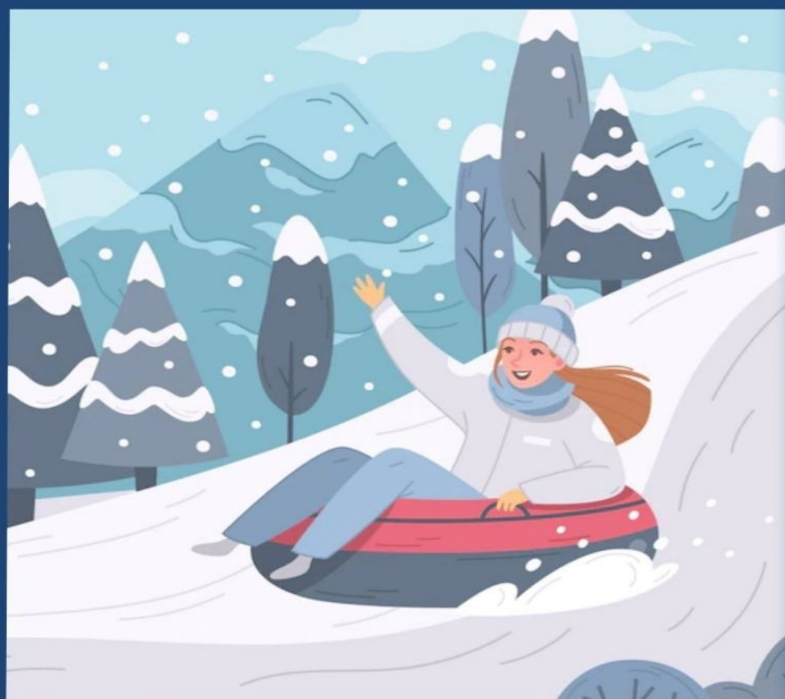
ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА ПРОФИЛАКТИКИ

Основу профилактики ИППП составляет безопасное сексуальное поведение и ответственное отношение к своему здоровью.

Риск заражения во многом связан с нарушением нравственных норм. Раннее начало половой жизни, частая смена партнёров, случайные и беспорядочные связи, половые контакты с несколькими партнёрами являются основными причинами, приводящими к заражению ИППП. Рискованному поведению способствует употребление алкоголя и наркотиков.

Идеальным вариантом является начало и продолжение сексуальных отношений в официальном браке. Так называемый «гражданский» брак есть ни что иное, как сожительство, не требующее от партнёров (в первую очередь от мужчины) ответственности и взаимных обязательств.

САМЫЙ НАДЁЖНЫЙ СПОСОБ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ ИППП - ЭТО ЦЕЛОМУДРИЕ И СУПРУЖЕСКАЯ ВЕРНОСТЬ, ОСНОВАННЫЕ НА ВЗАИМНОЙ ЛЮБВИ И УВАЖЕНИИ



ТЮБИНГ

КАТАЙСЯ БЕЗОПАСНО

1 Катайся только на специальных трассах

2 Соблюдай дистанцию >50 м между катающимися

3 Не привязывай тюбинги к транспортным средствам, животным и друг другу

4 Один тюбинг - один человек

5 Садись как на стул, откинься назад, согни ноги в коленях, держись за ремни, смотри вперёд

6 Не задерживайся внизу после спуска

7 В случае столкновения постарайся завалиться на бок или откатиться сторону от ледяной поверхности

ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА



- **вакцинация**



- **закаливание**



- **регулярные прогулки на свежем воздухе**



- **спорт**



- использование противовирусных препаратов для профилактики гриппа после консультации с врачом



- **овощи**
- лук, чеснок
- перец
- капуста



- **соки**
- **чай с шиповником**



- **ягоды**
- облепиха,
- смородина,
- малина

- **фрукты**
- лимон
- апельсин
- грейпфрут



- **позитивное настроение**



- **занятия любимым делом**

- **избегать контактов с больными простудными заболеваниями**



Уважаемые жители района!

ГУ «Слонимский зональный центр гигиены и эпидемиологии» напоминает Вам о требованиях, которые необходимо соблюдать на своих подворьях и территориях, прилегающих к домовладениям:

- регулярно поддерживайте порядок на уличной территории, прилегающей к Вашему домовладению по всему периметру застройки.

ЗАПРЕЩАЕТСЯ

- размещать отходы в неустановленных местах;
- сливать жидкие отходы на землю, в водные объекты, ливневую канализацию;
- складировать и хранить более **72** часов на территориях, прилегающих к земельным участкам, в том числе проезжей части улицы, дрова, торф, уголь, песок, строительные материалы и строительный мусор.





ВИЧ: КАК СДЕЛАТЬ ТАК, ЧТОБЫ ЕГО НЕ БЫЛО

ПОМНИТЕ О ПУТЯХ ПЕРЕДАЧИ:

-  **ЧЕРЕЗ КРОВЬ**
-  **ОТ МАТЕРИ РЕБЕНКУ**
-  **ПРИ НЕЗАЩИЩЕННОМ СЕКСУАЛЬНОМ КОНТАКТЕ**



СОБЛЮДАЙТЕ ВАЖНЕЙШИЕ МЕРЫ ПРОФИЛАКТИКИ ВИЧ:

- сохраняйте верность партнеру и не допускайте случайных половых связей
- всегда используйте презерватив
- не употребляйте наркотики
- не наносите татуировки, не делайте пирсинга вне специализированных учреждений
- пользуйтесь только индивидуальными предметами личной гигиены

РЕГУЛЯРНО ПРОХОДИТЕ ТЕСТИРОВАНИЕ НА ВИЧ

Где? В любом учреждении здравоохранения по месту жительства, в кабинетах психосоциального консультирования и Центрах профилактики и борьбы со СПИДом

Когда? Важно пройти тестирование, если

- у вас в жизни были ситуации, когда повышен риск заражения ВИЧ
- вы планируете иметь детей или уже беременны

Как? Тестирование на ВИЧ проводится бесплатно и, при желании, анонимно

ВАЖНО!
Эксперты рекомендуют регулярно проходить тестирование каждому из нас. Желательно делать это ежегодно.

ГУ «Слонимский зональный центр гигиены и эпидемиологии»

Адрес: 231800 г. Слоним пл. Ленина, 6 Телефон: 8(01562)50094

УНП 500041090 ОКПО 05564859 РКЦ № 27 в г.

Слониме филиал ОАО «Белагропромбанк» Гродненское областное управление

Р/с BY43BAPB363250100007400000000 (внебюджет)

BY55BAPB360450100009400000000 (бюджет)

БИК BAPBKY24457



ПРЕДЛАГАЕМ УСЛУГИ ПО УНИЧТОЖЕНИЮ ГРЫЗУНОВ

ПРЕДЛАГАЕМ УСЛУГИ ПО УНИЧТОЖЕНИЮ НАСЕКОМЫХ
(УНИЧТОЖЕНИЕ НАСЕКОМЫХ, КЛЕЩЕЙ НА ОТКРЫТЫХ ТЕРРИТОРИЯХ)



ПРОВОДИМ РАБОТЫ ПО ДЕЗИНФЕКЦИИ И СТЕРИЛИЗАЦИИ (ОФОРМЛЕНИЕ САНИТАРНЫХ ПАСПОРТОВ, ДЕЗИНФЕКЦИЯ ТРАНСПОРТА, ПРОФИЛАКТИКА И ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ДЕЗИНФЕКЦИЯ ПОМЕЩЕНИЙ, КАМЕРНАЯ ДЕЗИНФЕКЦИЯ ПОСТЕЛЬНОГО БЕЛЬЯ, ВЕЩЕЙ)

ПРОДАЖА ЯДОПРИМАНОК, СРЕДСТВ ДЛЯ УНИЧТОЖЕНИЯ НАСЕКОМЫХ